

## Weiblich, 17 1/2 Jahre alt

.....noch gar nicht bewusst war. Durch dieses mich-selbst-besser-kennenlernen, habe ich somit relativ schnell auch einiges an Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein gewonnen. Der erste Schritt hierbei war das Key4you, welches mir meine Persönlichkeit und meine Entwicklung zeigte. Dieser Test hat mich wirklich sehr überrascht, da er mir tatsächlich vieles meiner Persönlichkeit wiederspiegelte und es sehr aufschlussreich war diese Punkte auf mein Leben zu projizieren und damit auch zu erkennen aus welchem Ursprung die meisten meiner Probleme kommen und auf was ich in Zukunft achten sollte. Vor allem auch die wöchentlichen To-Do´s haben mir sehr geholfen endlich etwas zu tun und selbst etwas zu erarbeiten, wodurch ich stolz auf mich sein konnte und motivierter war auch meine eigenen Aufgaben zu erledigen.

Allgemein war ich sehr überrascht wie all diese Themen, über die ich so noch nie wirklich nachgedacht hatte, in kürzester mein Leben positiv beeinflusst haben. Mir haben die Stunden auch immer sehr viel Spaß gemacht, da wir immer viel gelacht haben, so dass die Zeit viel zu schnell vergangen ist.

Mittlerweile habe ich dank Renates Unterstützung ein für mich perfektes Studium gefunden, weiß wie ich mich gut motivieren kann und habe ein stärkeres Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen. Mein Hauptziel, eine berufliche Richtung zu finden, habe ich somit definitiv erreicht, was mich unglaublich erleichtert. Meine restlichen Themen werde ich weiterhin üben in dem ich auch nochmal durch meine gesamte Coaching Mappe reflektiere und es zu meiner Aufgabe mache mich dauerhaft von schlechten Glaubenssätzen o.ä zu lösen und motiviert Dinge angehen.